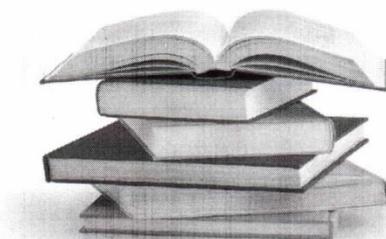


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Есеновичская средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО на заседании педагогического совета МБОУ «Есеновичская СОШ» Протокол № 1 от 27.08.2020	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  И.А. Смирнова	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «Есеновичская СОШ»  М.А. Бойкова Приказ № 47-7 от 27.08.2020
---	---	--



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности**

кружок
«Спортивные игры»

Класс: 3-4

Уровень образования: начальное общее образование

Срок реализации программы: 2020-2021 уч.год

Составила: Басалаева Т. И.,
учитель высшей квалификационной категории

Есеновичи, 2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа кружка «Спортивный час» по внеурочной деятельности для учащихся 3-4 классов общеобразовательной школы составлена на основе следующих документов:

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки РФ № 373 от 06.10.2009 г;
- Положение о рабочей программе по внеурочной деятельности педагога МБОУ «Есеновичская СОШ»;
- Авторской программы по физической культуре 1-4 класс» В.И. Ляха, (Москва: Просвещение, 2016 г.)

Программа кружка «Спортивный час» относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС.

Ориентирована на УМК :

- «Комплексная программа физического воспитания» В.И.Лях. А.А.Зданевич. М. Просвещение,2016.

Сроки реализации программы: 1 учебный год.

На основании учебного плана МБОУ Есеновичская СОШ на реализацию программы кружка «Спортивный час » в 3-4 классах отводится 34 часа (1 час в неделю).

Формы занятий:

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Цель программы:

1. Овладение учащимися основой физической культуры, слагаемыми которой являются крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей.
2. Всестороннее развитие личности ребенка, его духовно-нравственное становление, осознание и принятие им общечеловеческих ценностей.
3. Создание предпосылок для успешной учебной, бытовой, семейной и социальной адаптации учащихся к реальным условиям жизни в обществе.

Задачи программы:

Образовательные:

- сформировать систему знаний, умений и навыков по основам спортивных и подвижных игр.
- способствовать формированию системы элементарных знаний о здоровом образе жизни.
- обучить культурно-гигиеническим навыкам в отношении своего тела, взаимодействия с окружающими, бытовых манипуляций.

Развивающие:

- развитие двигательных способностей и физических качеств.
- развитие познавательных и интеллектуальных процессов (ощущений, восприятия, памяти, внимания, мышления, воображения).

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию.
- развитие биологических возможностей организма, повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.

Воспитательные:

- воспитывать потребность и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями, применять их в целях отдыха и тренировки.
- воспитывать нравственные и волевые качества: дисциплинированность, чувство товарищества, ответственность, уважительное отношение к окружающим.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Разделы	Кол-во часов
1	Спортивные подвижные игры	16
2	Зимние виды игр	10
3	Спортивные эстафеты	8
4	итого	34 ч

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

Ученик научится:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Ученик получит возможность научиться:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- умение работать в коллективе.

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В данный курс вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЙ ЧАС» (34 ч)

№ п/п	Тема занятия	Характеристика основных видов деятельности ученика по теме	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения
1	Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
2	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
3	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
4	Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры:	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости. Игры Развитие скоростно-силовых способностей.		

	футбол, прыжки через скакалку, «классики».			
5	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
6	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик».	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
7	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
8	Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
9	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
10	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
11	Разучивание игры «Береги предмет» «Кто первый через обруч к флажку?»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
12	Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
13	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
14	«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
15	Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты.		

	старты.			
16	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
17	Катание на лыжах. «Грамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.	ТБ на уроках лыжной подготовки. Игры.		
18	«Попади в цель». Игры по выбору.	Игры на лыжах.		
19	«Быстрые упряжки», «На санки» Игры по выбору.	Самостоятельные игры на свежем воздухе		
20	«Поменяй флажки», «Через препятствия» Самостоятельные игры.	правила поведения при играх		
21	Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки» Самостоятельные игры.	правила поведения при играх		
22	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето» Игры по выбору.	правила поведения при играх		
23	Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.	Самостоятельные игры на свежем воздухе		
24	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.	Самостоятельные игры на свежем воздухе		
25	Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен» Самостоятельные игры.	Самостоятельные игры на свежем воздухе		
26	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	Ловля и передача мяча в движении. Эстафеты.		
27	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол	Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.		
28	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.		

29	«Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину	Соревнования. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.		
30	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.		
31	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.		
32	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.		
33	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.		
34	Весёлые старты.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.		